

¿Desde dónde miramos esta nueva etapa y cómo actuamos?

Estimados padres y apoderados:

El avance del Plan “Paso a Paso” nos ha ubicado hoy en una nueva etapa, con mayores niveles de apertura. El confinamiento estricto ha quedado atrás, así como la imposibilidad de contactarnos con otras personas más allá de nuestro círculo familiar.

Aún cuando todo esto representa un alivio en muchos sentidos, circulan sentimientos encontrados, porque sabemos que el virus sigue aquí y todavía no tenemos vacuna, de modo que continuamos coexistiendo con este, lo que no deja de ser motivo de preocupación y es realista que así sea.

La pregunta que nos hacemos hoy es ¿cómo enfrentamos esta nueva etapa? ¿cómo conducimos a nuestra familia en el período que enfrentamos? Claramente hoy sigue vigente la necesidad de cuidarse, aunque de un modo diferente. Justamente ese modo diferente de cuidarnos nos abre una gran oportunidad de aprendizaje como familias, porque nos permite hablar con nuestros hijos e hijas acerca de hábitos, valores y modos de convivir en comunidad que son absolutamente necesarios para mantener la salud propia y de los demás. Esto último ayudará a darles más sentido a estas tres enseñanzas. En el presente boletín, desarrollamos algunas ideas para trabajarlas con sus hijos e hijas mostrándoles el sentido que tienen.



Enseñanzas a trabajar con nuestros niños, niñas y adolescentes en este período

1) Hábitos

La primera enseñanza es que tal como cualquier desafío en la vida, este período requiere que nos apeguemos a ciertos hábitos. ¿Qué es un hábito? Es una práctica habitual que tiene un sentido, porque preserva algo importante. Por ejemplo, el hábito de lavarse los dientes, nos ayuda a mantener la salud bucal, evitando las caries que pueden ser muy dolorosas y molestas. El hábito de lavarnos las manos antes de comer, tiene el sentido de prevenir que contaminemos nuestra comida.

En situación de pandemia, los hábitos recomendados tienen el sentido de cuidarnos a nosotros mismos, a nuestra familia y a los demás. Si vamos a salir, tenemos que hacer una lista de chequeo: ¿llevamos la mascarilla? ¿llevamos alcohol gel? ¿nos lavamos las manos con frecuencia y del modo correcto? Tal como cuando les enseñamos a hacer la mochila o les enseñamos los primeros hábitos de aseo personal, hoy toca construir nuevos. Es importante que desde los más pequeños estén familiarizados y sepan por qué los hábitos son necesarios, conozcan que hay una razón para realizarlos y que no son medidas arbitrarias. Desde esa comprensión de lo importante que puede ser un hábito es que surge la autonomía para llevarlo a cabo. Sin embargo, hasta que realizan el hábito de manera autónoma, es necesario supervisar y recordar con mucha paciencia. Les invitamos a completar la siguiente tabla, como una forma de auto-evaluación de la enseñanza de los hábitos.

Hábito que he enseñado	¿Por qué este hábito es necesario?	¿He explicado a mis hijos/as por qué este hábito es necesario?	¿He recordado el hábito y he hecho seguimiento?
Lavarse las manos	Evitamos el contagio si hemos tocado superficies contaminadas	Responder SI o NO	Responder SI o NO
Usar mascarilla	Evitar exponerse a respirar el virus	Responder SI o NO	Responder SI o NO
Otro hábito			

2) Disciplina por el bien común

La segunda enseñanza es que hay ciertas normas que seguir para cuidarnos y cuidar a otros del contagio que pueden ser frustrantes, pero son necesarias, ya que en una comunidad las normas ayudan a que todos sepan cómo actuar para conseguir objetivos comunes. Por ejemplo, guardar distancia física, jugar o relacionarnos de maneras diferentes a las de antes, o no usar los juegos de las plazas y parques. Esto puede ser muy frustrante, pero puede enseñar que a veces es necesario abstenerse de ciertas conductas que nos gustan, de manera de prevenir situaciones negativas para nosotros y también para los demás. A eso se le llama disciplina por el bien común. Ayudar a nuestros hijos e hijas a transitar el camino de la frustración de no poder hacer todo lo que quisieran, comprendiendo su pena, tristeza o enojo, diciéndole que les entienden, pero que es algo que debemos hacer de esa forma para cuidar el bien común, les hace entender la disciplina como algo que tiene sentido. También les ayuda a desarrollar la capacidad de enfrentar situaciones adversas en el futuro, comprendiendo que no siempre la vida es como queremos y que muchas veces no podemos hacer todo lo que queremos. Eso se llama resiliencia.

Norma a seguir	Sentido de la norma	Educación en disciplina por el bien común ¿He explicado a mi hijo/a el sentido de la norma?	Educación en resiliencia ¿He acompañado a mi hijo/a en la frustración que le implica seguir esta norma?
Guardar distancia física	Cuidarse y cuidar a otros del contagio	Responder SI o NO	Responder SI o NO
Evitar usar los juegos de las plazas públicas	Cuidarse de tocar superficies que puedan estar contaminadas	Responder SI o NO	Responder SI o NO
Otra norma			

3) Responsabilidad por los otros

Como tercer elemento, y muy ligado a lo anterior, está el valor de la responsabilidad por otros. En la medida que todos nos comprometemos con un objetivo común, que es que no haya más contagios, estaremos construyendo una mejor vida en comunidad y estaremos preparando a nuestros niños, niñas y adolescentes a enfrentar desafíos futuros. Si los niños y niñas comprenden, a propósito de la pandemia, que todos somos parte de una gran comunidad, estaremos apoyando un valioso aprendizaje.

Palabras Claves

Hábitos importantes - Normas con sentido - Responsabilidad por otros - Disciplina - Resiliencia.